ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ БИБЛІОТЕКА

VI.

W. Stekel.

ПРИЧИНЫ НЕРВНОСТИ.

Книгоиздательство
„НАУКА".

Psychotherapeutische Biblioth[ek]
unter Redaxtion
von Dr. N. Ossipow und Dr. O. Felzmann

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ БИБЛІОТЕКА

ПОДЪ РЕДАКЦІЕЮ

Д-ровъ Н. Е. Осипова и О. Б. Фельцмана.

Вып. VI.

№ VI.

Die Ursachen der Nervosität.

ПРИЧИНЫ НЕРВНОСТИ.

Новые взгляды на ея возникновеніе и предупрежденіе.

Dr. W. Stekel'я.

Autorisierte Uebersetzung

Авторизированный переводъ

С. Н. Горбовой.

von

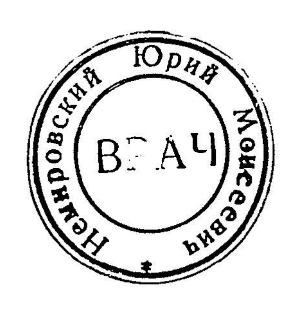
S. N. Gorbow.

МОСКВА. 1912.

Книгоиздательство „НАУКА".

Б. Никитская, 10. Тел. 254—99.

Dem hochgeehrten Herrn Dr. W. Stekel
von N. Ossipow mit kollegialen Grüssen.



Отъ редакціи.

W. Stekel, одинъ изъ видныхъ учениковъ Freud'a, дѣлаетъ попытку въ предлагаемой вниманію читателей небольшой книжечкѣ „О причинахъ нервности“ („Die Ursachen der Nervosität. Neue Ansichten über deren Entstehung und Verhütung“) свести всѣ проявленія нервности къ переживаніямъ внутренней душевной борьбы—къ психическому конфликту. Эта работа Stekel'я носитъ полемическій характеръ, чѣмъ объясняются ея недостатки и ея достоинства. Недостаткомъ ея является односторонность, а главнымъ достоинствомъ—живой, образный стиль. Редакція полагаетъ, что при обсужденіи такого важнаго вопроса, какъ происхожденіе и предупрежденіе нервности, необходимо обращать свое вниманіе *среди другихъ этіологическихъ факторовъ и на душевный конфликтъ*, о которомъ краснорѣчиво говоритъ Stekel.

Von der Redaktion.

W. Stekel, einer von angesehendsten Schülern von Freud, macht im vorliegenden Büchlein den Versuch alle Erscheinungen der Nervosität

Предисловіе автора.

Въ настоящее время такъ много пишутъ о „нервности“, что прибавлять еще одну лишнюю волну къ къ этому неудержимому потоку писанія можетъ показаться даже смѣшнымъ. Но, несмотря на это, я считаю необходимымъ высказать относительно возникновенія „нервности“ нѣсколько истинъ, которыя ускользнули отъ школьной учености. Мы слишкомъ долго были ослѣплены успѣхами естественныхъ наукъ и почти забыли, что у людей есть не только тѣло, но и душа, и что причины душевныхъ болѣзней должно въ душѣ и искать.

Я хочу постараться доказать, что то состояніе, которое и не врачи и врачи называютъ „нервностью“, въ сущности есть душевная болѣзнь.

Къ этому заключенію я пришелъ послѣ того, какъ много лѣтъ съ любовью изучалъ психику нервныхъ людей. Тотъ, кто указалъ мнѣ этотъ путь, кому я обязанъ этимъ новымъ свѣтомъ, озарившимъ для меня столь многое, скрытое до того во мракѣ, это—великій знатокъ человѣческой души, профессоръ Sigmund Freud.

Я съ гордостью называю себя его ученикомъ, но этимъ я не хочу сказать, что всѣ мои выводы соотвѣтствуютъ его взглядамъ. Наоборотъ! Я увѣренъ, что многое заставитъ его покачать въ знакъ несогласія головой.

Но въ каждой головѣ міръ отражается по-своему.

Въ предлагаемомъ очеркѣ я изобразилъ, какъ мнѣ представляется, своеобразный міръ душевно-больныхъ.

Посвящая эту скромную работу моему великому учителю, проф. Freud'у, я только немного выражаю ему мою признательность.

Моя работа написана какъ для врачей, такъ и для публики. Если она заставитъ кого-нибудь изъ читателей задуматься и побудитъ его къ провѣркѣ высказанныхъ здѣсь мыслей, если она отвратитъ кого-либо отъ ипохондрическаго мучительнаго наблюденія своихъ тѣлесныхъ недуговъ и приведетъ къ цѣлебному познанію своихъ душевныхъ недочетовъ,—моя задача будетъ достигнута.

Что мы понимаемъ подъ нервностью?

Едва ли найдется выраженіе, которое бы такъ часто употребляли и которымъ бы такъ злоупотребляли, какъ слово „нервность". Рѣдко встрѣтить въ наше время человѣка ненервнаго, и даже у этихъ немногихъ избранныхъ, у крѣпкихъ нервами, есть дни, когда они заявляютъ знакомымъ, что, въ видѣ исключенія, и у нихъ развинтились нервы.

„Всегда ли было такъ много нервныхъ людей, или нервность есть признакъ нашего времени?" — слышатся отовсюду вопросы. И почти всегда отвѣтъ гласитъ: „Нервность прогрессируетъ съ ужасающей быстротой. И та особенная форма нервности, которую американецъ Beard описалъ впервые подъ названіемъ «неврастенія», сдѣлалась типичной болѣзнью современной культуры".

Наши истины по большей части коротконоги и такъ легко спотыкаются, что не нынче—завтра могутъ свалиться и превратиться въ ложь. Такъ, пожалуй, недолго проживетъ и та или другая пока общепринятая истина, связанная съ понятіемъ о нервности и будетъ скоро признана ложнымъ, ничѣмъ не обоснованнымъ предположеніемъ. Нѣтъ никакого сомнѣнія, что словомъ „нервность" очень злоупотребляютъ. Чего только ошибочно не называютъ нервностью? Невоспитанность, грубость, легкомысліе, разсѣянность, вспыльчивость, импульсивность, нравственное помѣшательство — все это зачастую смѣши-

вается непосвященными съ нервностью. А что преступныя проявленія у привилегированныхъ лицъ очень легко превращаются въ нервность, — это, къ несчастью, сдѣлалось общимъ мѣстомъ. Что для какого-нибудь бѣдняка просто воровство, то для богатаго „клептоманія“ *). Кромѣ того, цѣлой группѣ болѣзней присваивается названіе „нервныхъ“,—и это, дѣйствительно, болѣзни нервной системы, но онѣ обусловлены органическими измѣненіями. Страданіе спинного мозга въ обыкновенной рѣчи невѣрно обозначается какъ нервное. Съ бо́льшимъ правомъ прилагается слово „нервное“ къ такъ называемымъ функціональнымъ неврозамъ, къ неврастеніи, истеріи, ипохондріи,—къ болѣзнямъ, при которыхъ намъ еще не удалось найти органическихъ измѣненій въ нервной системѣ. Кстати сказать: я не думаю, что это когда-либо и удастся. Какъ будетъ видно далѣе, здѣсь дѣло идетъ о психическихъ заболѣваніяхъ, т.-е. о душевныхъ болѣзняхъ въ истинномъ смыслѣ слова, а душевныя болѣзни могутъ быть сведены только къ душевнымъ причинамъ.

Въ такое время, какъ наше, столь жадное до всякихъ опредѣленій, трудно писать о нервности, не условившись сперва о самомъ понятіи „нервности“. Но какъ ни странно, а это дѣйствительно такъ: до сихъ поръ собственно нѣтъ общепринятаго опредѣленія нервности. Мы не станемъ останавливаться на критикѣ существующихъ опредѣленій. Мы будемъ разсматривать какъ нервность такое состояніе, при которомъ человѣкъ реагируетъ на внутреннія и внѣшнія раздраженія анормально. Центръ тяжести лежитъ въ перемѣнѣ его реагированія. Обычно подъ

*) Редакція не можетъ не отмѣтить совершенной неосновательности этого утвержденія. Въ другихъ работахъ и самъ авторъ признаетъ клептоманію.

„нервнымъ“ подразумѣваютъ легко возбуждающагося человѣка, который реагируетъ на вліянія извнѣ гораздо быстрѣе и чувствительнѣе, чѣмъ долженъ бы реагировать тотъ идеальный типъ человѣка, котораго, увы, почти нигдѣ нельзя найти. Такое представленіе очень односторонне. Уже старинные врачи различали двѣ основныя формы нервности: *раздражительную* и *апатическую*. Въ то время, какъ раздражительный отвѣчаетъ на малѣйшее возбужденіе повышенной аффективной реакціей, для апатичнаго требуется очень большое раздраженіе, чтобы вывести его изъ равновѣсія. Такъ гласитъ старинное ученіе. Эти двѣ формы особенно ярко различаются при неврастеніи и даютъ поводъ подраздѣлить неврастенію на раздражительную (эретическую) и вялую (депрессивную) формы. Однако, такое дѣленіе несетъ въ себѣ ошибки всякаго схематизма. Такъ просто, какъ мы это себѣ представляемъ, въ жизни никогда и ничто не происходитъ. Придерживаясь схемы, мы вдругъ къ удивленію своему замѣчаемъ, что нервные, которыхъ считали за раздражительныхъ, въ извѣстные моменты держатъ себя очень спокойно и просто, что ихъ реагированіе совершается даже ниже предѣловъ нормальнаго. Съ другой стороны, приходится наблюдать апатичныхъ нервныхъ, которые вдругъ при крайне незначительномъ раздраженіи начинаютъ реагировать чрезмѣрно. Дѣло въ томъ, что *они реагируютъ только тогда, когда ихъ задѣли за чувствительное мѣсто ихъ души.*

Это наблюденіе подвигаетъ насъ на шагъ впередъ при изученіи нервности. Чистой формы нервности, поддающейся классификаціи по этимъ схемамъ, не существуетъ; нервныхъ только раздражительныхъ или только апатичныхъ нѣтъ. Каждый отдѣльный случай нервности представляетъ смѣсь изъ обѣихъ формъ

реагированія. Каждый нервный въ одно и то же время и раздражителенъ и апатиченъ, и смотря по тому, какая изъ обѣихъ формъ получаетъ перевѣсъ, говорятъ о томъ или другомъ родѣ его нервности.

Мы сейчасъ разгадаемъ эту загадку. Каждое наше дѣйствіе является отзвукомъ или глубоко лежащаго въ области безсознательнаго или сознательнаго комплекса представленій, какъ гласитъ удачное выраженіе швейцарскаго психіатра Bleuler'а. Что подъ этимъ подразумѣвается, мы сейчасъ пояснимъ практическимъ примѣромъ.

Молодой человѣкъ, несчастно влюбленный, находится, конечно, подъ властью комплекса представленій, которыя вращаются около любимаго существа и всего того, что его касается. Этотъ комплексъ представленій—назовемъ его „несчастной любовью"—даетъ отзвукъ всѣмъ его чувствамъ и реагированіямъ. Если съ нимъ заговорятъ о политикѣ, овладѣвшій имъ комплексъ не даетъ отзвука; молодой человѣкъ остается хладнокровнымъ и равнодушнымъ. Но если ему разскажутъ послѣднюю новость о двойномъ самоубійствѣ любовной парочки, — всѣ его внутреннія струны сочувственно задрожатъ, его интересъ пробужденъ, его вниманіе приковано, его реагированіе—самое живое.

У раздражительныхъ нервныхъ людей комплексы представленій очень обширны и вслѣдствіе этого легко поддаются созвучію. Но они реагируютъ со сверхнормальной силой только тогда, когда затрагивается именно этотъ комплексъ представленій. Если ихъ задѣваетъ толчокъ, который случайно не имѣетъ никакого отношенія къ ихъ комплексу представленій,— они остаются апатичными. Съ другой стороны, апатичный человѣкъ, т.-е. человѣкъ, у котораго маленькій комплексъ представленій занимаетъ маленькій

уголокъ души, только тогда живо реагируетъ, когда свѣтъ мысли падаетъ какъ разъ на этотъ маленькій занятый темный уголокъ его души.

Въ сущности это—явленіе совершенно нормальное. У каждаго человѣка есть свои опредѣленные комплексы представленій, которые имъ владѣютъ. Явленіе вниманія, напримѣръ, обусловливается какъ разъ существованіемъ такихъ комплексовъ представленій. Такъ гдѣ же разница между здоровыми и нервными людьми? Можно было бы отвѣтить, что у нервныхъ реагированіе совершается живѣе, чѣмъ у здоровыхъ. Но это нисколько не придвинуло бы насъ къ разрѣшенію вопроса. Сущность всего вопроса заключается въ томъ, что у нормальныхъ людей эти комплексы представленій сознательны, то-есть: влюбленный знаетъ, что онъ влюбленъ; любитель исторіи знаетъ, что онъ интересуется исторіей; націоналистъ—что онъ въ душѣ находится подъ властью извѣстнаго политическаго комплекса представленій. Всѣ они сознаютъ существованіе этихъ комплексовъ.

И вотъ мы подходимъ къ самой сущности нашихъ разсужденій. Нервный человѣкъ не сознаетъ нѣкоторыхъ комплексовъ представленій. Онъ не знаетъ, почему онъ именно при этомъ пустячномъ спорѣ такъ легко возбуждается; онъ не знаетъ, почему его душа реагируетъ такими сильными волненіями на небольшой толчокъ. И опять жизнь объяснитъ намъ это лучше всякихъ многословныхъ опредѣленій.

Прислушаемся, напримѣръ, къ слѣдующей сценѣ.

Нервный человѣкъ возвращается домой къ обѣду съ опозданіемъ на четверть часа. Жена говоритъ ему спокойнымъ голосомъ:

— Неужели ты не можешь вернуться во-время? Ты же знаешь, что дѣтямъ надо итти въ школу?

Что отвѣчаетъ нервный человѣкъ?

„Ты меня просто изводишь! Что жъ я, по-твоему, изъ удовольствія засидѣлся въ конторѣ или заговорился на улицѣ съ другими женщинами? Дома и то не оставляютъ въ покоѣ... Въ такомъ случаѣ, я лучше откажусь отъ обѣда...“

Онъ беретъ шляпу и палку, хлопаетъ дверью и уходитъ. Жена стоитъ растерянная и не можетъ объяснить себѣ, откуда такое возбужденіе? Она прямо не знаетъ, какъ ей разговаривать съ мужемъ. Какъ она ни наблюдаетъ за собою, какъ ни старается обойти всякое противорѣчіе, это ей больше не удается, потому что никогда нельзя разсчитать, какъ будетъ реагировать ея мужъ. Какое-нибудь невинное замѣчаніе—и онъ въ страшномъ возбужденіи. Причина этого страннаго поведенія приводитъ насъ опять къ безсознательнымъ душевнымъ стремленіямъ.

Этотъ человѣкъ женился на своей женѣ по любви и былъ вынужденъ тяжело работать изъ-за насущнаго хлѣба. Его состоятельные родители изъ-за этого брака порвали съ нимъ всякія связи. Кромѣ того, онъ пришелъ къ заключенію, что ошибся въ женѣ. Она оказалась плохой хозяйкой и не умѣла воспитывать дѣтей, какъ ни старалась изо всѣхъ силъ пополнить оба эти пробѣла. Этого человѣка мучило, что онъ ошибся въ выборѣ жены, и невольно въ него внѣдрилась мысль о разводѣ, какъ о единственно возможномъ разрѣшеніи вопроса. Разводъ помирилъ бы его съ родителями и сдѣлалъ бы наслѣдникомъ большого состоянія. Эту дурную мысль онъ отгонялъ отъ себя прочь и вытѣснилъ ее изъ сознанія. Онъ не хотѣлъ ничего знать о ней. Но въ области безсознательнаго она у него сохранялась и дѣйствовала какъ „психическое постороннее тѣло“, по прекрасному выраженію геніальнаго изслѣдователя человѣ-

ческой души Freud'a. Этимъ безсознательнымъ комплексомъ представленій легко объясняется ненормальное реагированіе мужа. Не онъ отвѣчалъ женѣ рѣзкими словами; вѣдь онъ ее обожалъ и на нее молился: ей отвѣчалъ „другой", который считалъ ее обузой и хотѣлъ съ ней разводиться.

Этотъ случай ясно показываетъ намъ двѣ причины нервности—психическій конфликтъ и безсознательный комплексъ представленій, одна другую обусловливающія и одна другую осложняющія*).

Выше мы упоминали, что мысль о разводѣ была вытѣснена. Мы не можемъ понять проблему нервности прежде, чѣмъ не разсмотримъ эти двѣ важныя темы—„вытѣсненіе" **) и „психическій конфликтъ".

Но я уже вижу, какъ мои читатели качаютъ головой. Какъ! онъ говоритъ о причинахъ нервности и не упоминаетъ о наслѣдственности, объ алкоголѣ и никотинѣ, не жалуется на городскую жизнь, на школы, на умственное переутомленіе? Ужъ не хочетъ ли онъ объяснить все своими комплексами представленій, вытѣсненіемъ, психическими конфликтами? Кто хочетъ строить новое, тотъ пусть снесетъ старое. Я не могу итти дальше, пока не остановлюсь подробнѣе на этихъ общепризнанныхъ причинахъ нервности.

---

*) Какъ третью причину, можно было бы еще привести тайное сознаніе своей вины. Но, въ концѣ концовъ, вѣдь и „безсознательный комплексъ представленій" и „психическій конфликтъ"—не что иное, какъ тайны и отъ самого себя и отъ окружающихъ. Тайны, которыя не были бы тайнами, если бы гнетущее сознаніе своей вины не скрывало ихъ боязливо отъ дневного свѣта.

**) См. о вытѣсненіи—Freud'a. О психоанализѣ. Психотерап. Библіотека. В. I. 2-е изд. Стр. 19. (*Прим. ред.*).

Культура и нервность.

Когда мы знакомимся съ причинами нервности, какъ ихъ изображаетъ большинство авторовъ, мы всегда наталкиваемся на жалобу, что наша культура порождаетъ нервность. Многочисленныя открытія, уничтожающія пространство и сберегающія время, причиняютъ,—говорятъ намъ,—большой подъемъ нашей духовной жизни и ведутъ къ проявленію нервности въ ея разнообразнѣйшихъ формахъ. Въ особенности болѣзнью нашего вѣка провозглашаютъ неврастенію. „Она накладываетъ,—говоритъ Крафтъ-Эбингъ,—на время, въ которое мы живемъ, печать изжившагося, истасканнаго, невропатическаго декадентства. Едва ли есть другое патологическое явленіе, которое бы такъ глубоко проникло въ жизнь современнаго культурнаго человѣка, какъ неврастенія. Благодаря этому она пріобрѣтаетъ выдающійся общественный интересъ. Можно съ увѣренностью утверждать, что если общественный организмъ представляется намъ больнымъ, если современный человѣкъ пресыщенъ, недоволенъ жизнью и самимъ собою, не имѣетъ устоевъ ни въ религіи, ни въ этикѣ, брюзжитъ надъ всѣмъ существующимъ, падокъ на всякія новшества, объятъ страхомъ передъ неизвѣстнымъ будущимъ, боленъ пессимизмомъ, — во всемъ этомъ существенно виновата неврастенія. Отсюда спѣшность и безпорядочность образа жизни, недостатотъ идеальнаго подъема въ искусствѣ и поэзіи, что служитъ знаменіемъ нашего времени—fin de siècle: отсюда вкусъ моральнаго диспептика къ острой цинической возбуждающей пищѣ, которая предлагается ему въ свою очередь также неуравновѣшенными авторами въ современныхъ драмахъ, гдѣ особенно под-

черкивается нервная дегенерація и сумасшествіе, и это подчеркиваніе неотразимо притягиваетъ къ себѣ современнаго человѣка и доставляетъ ему удовольствіе смакованія“.

Такъ говоритъ знаменитый ученый. Если невозможно отрицать, что отдѣльные выводы Крафтъ-Эбинга правильны, то заключеніе, къ которому онъ приходитъ, безусловно ложно. Этотъ постоянный разговоръ о томъ, что современная жизнь разстраиваетъ нервы (я долженъ сознаться, что и самъ нѣкоторое время вторилъ другимъ врачамъ),—все это живо напоминаетъ мнѣ извѣстную фразу о добромъ старомъ времени, когда все было лучше. Но если внимательно изслѣдовать исторію культуры, можно открыть, что нервность никоимъ образомъ не есть болѣзнь, появившаяся въ новѣйшее время, но что истерія, ипохондрія и даже неврастенія (разумѣется, только не подъ этимъ именемъ) были уже извѣстны и описаны съ древнѣйшихъ временъ. Наоборотъ! Такихъ ужасныхъ истерическихъ эпидемій, какъ тѣ, о которыхъ намъ повѣствуетъ исторія среднихъ вѣковъ,—вспомнимъ о флагеллантахъ, о бѣсноватыхъ, о пляскѣ св. Витта,—все это въ настоящіе дни стало гораздо рѣже, и тамъ, гдѣ это случается, напримѣръ, въ Россіи, какъ разъ недостатокъ культуры и способствуетъ возникновенію эпидеміи. Неправильно также, что жизнь большого города порождаетъ нервность; неправильно, что большой городъ сокращаетъ продолжительность человѣческой жизни. Всѣ новѣйшія статистическія изслѣдованія доказываютъ, что за послѣднее время смертность въ городахъ значительно меньше, чѣмъ въ деревнѣ. Утверждаютъ еще, что ужасающее возрастаніе душевныхъ болѣзней должно быть приписано нашей культурѣ, что изнуряющая

жизнь большого города порождаетъ душевныя болѣзни. И это также истина, которой, повидимому, суждено жить недолго. Какъ разъ въ самое послѣднее время д-ръ Robert Gaupp доказалъ на основаніи матеріаловъ психіатрической клиники въ Мюнхенѣ, что 70—80 процентовъ содержащихся въ Мюнхенѣ душевно-больныхъ родились совсѣмъ не въ Мюнхенѣ, а по большей части въ деревнѣ. По этой статистикѣ только 20—25 процентовъ душевно-больныхъ по рожденію горожане. Это по, крайней мѣрѣ, доказываетъ, что большой городъ дѣйствуетъ разрушительно на нервы только тѣхъ, кто не въ немъ родился и не въ его условіяхъ выросъ. Горожане же всѣ приспособились къ новой жизни.

На примѣрѣ вліянія современной культуры видно, какъ легкомысленно доказывается истина. Развѣ нервны только люди культуры, только верхній слой населенія, только люди умственнаго труда? Вовсе нѣтъ. Kobler доказалъ нѣсколько лѣтъ тому назадъ, что въ сельскомъ населеніи Босніи встрѣчаются тяжкіе случаи неврастеніи. Среди рабочихъ неврастенія распространяется въ такихъ ужасающихъ размѣрахъ, что оказалось необходимымъ учреждать для нервно-больныхъ рабочихъ многочисленныя лѣчебницы. Кто хочетъ ближе ознакомиться съ этимъ вопросомъ, пусть прочтетъ маленькую брошюру д-ра Determann'а „Народныя лѣчебницы для нервно-больныхъ“ (Висбаденъ, Бергманъ, 1903). Въ ней авторъ дѣлаетъ выводъ, что нервность утратила свою исключительнось, свой аристократическій оттѣнокъ. Она сдѣлалась популярной и глубоко проникла въ народныя массы. А что простой народъ сдѣлался нервнымъ не по винѣ большого города, доказываетъ недавно появившаяся въ „Progrès medical“ статья Terrien'а о нервности крестьянъ. Наблюденія, которыя д-ръ Ter-

rien производилъ въ теченіе многихъ лѣтъ деревенской практики въ Вандеѣ, приводятъ его къ выводу, что неврастенія и истерія въ деревнѣ ничуть не рѣже, чѣмъ въ городѣ. Такъ это теперь, такъ было и прежде. Мы только не удѣляли такъ много вниманія этимъ болѣзнямъ. Отчасти нервныя страданія, какъ, напримѣръ, столь распространенныя нервныя болѣзни желудка, разсматривались какъ органическія; отчасти нервныхъ причисляли къ ипохондрикамъ, мнимо-больнымъ и т. д. Культура связана съ нервностью совсѣмъ въ другомъ смыслѣ, чѣмъ мы думали до сихъ поръ. Одна только современная жизнь еще не производитъ нервности. Мы дальше увидимъ, поскольку культура служитъ причиной нервности.

Очень часто неврастенія и истерія встрѣчаются у русскихъ евреевъ; вообще у евреевъ эти болѣзни чрезвычайно распространены. И это также доказываетъ, что нервность не имѣетъ ничего общаго съ культурой. Все сводится къ вытѣсненію *), къ которому долженъ прибѣгать человѣкъ, къ борьбѣ между сдерживающими его нравственными идеалами и его инстинктами. Еврея религія окружаетъ такимъ множествомъ предписаній и заповѣдей, что онъ находится въ постоянной борьбѣ съ самимъ собою. Пусть не забываютъ и того, подъ какимъ ужаснымъ гнетомъ жилъ этотъ народъ въ теченіе многихъ столѣтій, и что цѣпкости, съ какою онъ держится за свою религію, должна соотвѣтствовать извѣстная потеря въ энергіи. Не случайность также и то, что какъ разъ въ Америкѣ появилась неврастенія, какъ до извѣстной степени новая болѣзнь. Туда стекается множество преступниковъ, туда стремятся люди, одаренные чрез-

*) Т.-е. къ вытѣсненію изъ сознанія возникающихъ у насъ мыслей или желаній, несовмѣстимыхъ съ обычными свойствами нашей личности. (*Примѣч. ред.*).

вычайною энергіей, для которыхъ Старый Свѣтъ сталъ слишкомъ малъ. Инстинкты этихъ сильныхъ натуръ живутъ въ ихъ потомкахъ. Съ другой стороны, общество требуетъ извѣстной этической высоты, если не въ дѣловой, то въ общественной жизни; здѣсь царятъ пуританскія правила. Можно легко представить себѣ, сколько силъ идетъ здѣсь на вытѣсненіе, сколько переживается внутренней душевной борьбы! Изъ этихъ примѣровъ видно только одно: единственная причина нервности—психическій конфликтъ. Крестьяне въ деревняхъ вовлекаются въ психическій конфликтъ своими устрашающими суевѣрными религіозными представленіями, своей борьбой противъ грѣха. Безчисленные психическіе конфликты создаются заблужденіями современной жизни и т. д. Этимъ я не отвергаю и другихъ факторовъ. Но ихъ вліяніе при ближайшемъ изслѣдованіи сводится къ очень скромнымъ размѣрамъ. До какого только преувеличенія не доходили съ наслѣдственностью! Чуть не всѣ поголовно считались наслѣдственно отягощенными; перерывали семейные архивы, и стоило только найти нервно-или душевно-больного въ шестомъ колѣнѣ, какъ тотчасъ же объявлялась плохая наслѣдственность. Даже поэтовъ, и тѣхъ не оставляли въ покоѣ. И ихъ заставляли являться передъ потомствомъ подъ скальпелемъ невролога. Но гдѣ же истина? Статистика оказалась односторонней, значеніе плохой наслѣдственности было чрезмѣрно переоцѣнено.

По поводу этого очень вѣрно говоритъ вѣнскій психіатръ проф. Wagner von Jauregg: „Выясняется, слѣдовательно, что значеніе плохой наслѣдственности существенно переоцѣнено. Въ одномъ отношеніи потому, что на счетъ плохой наслѣдственности относятъ такія явленія, которыя къ наслѣдственности въ прямомъ смыслѣ никакого отношенія не имѣютъ, какъ

напримѣръ, неблагопріятныя условія развитія самого зародыша, въ другомъ,—когда извѣстные моменты разсматриваются какъ проявленія плохой наслѣдственности, а на самомъ дѣлѣ эти моменты не только не оказали плохого дѣйствія, а даже явились отчасти моментами обезвреживающими, въ третьемъ смыслѣ, наконецъ, потому, что проглядѣли, что плохая наслѣдственность такъ распространена, что ея наличность и ея дѣйствіе находятся въ сильномъ численномъ противорѣчіи одно къ другому. Изъ этого слѣдуетъ, что хотя съ плохой наслѣдственностью и приходится считаться, какъ съ причиной болѣзни, но что она является только вспомогательной причиной, и что наша задача должна заключаться въ томъ, чтобы тщательно изслѣдовать другія причины нервности, какъ предрасполагающія, такъ и производящія".

Эти заключительные выводы не представятъ ничего удивительнаго, если обратиться къ статистическимъ даннымъ, полученнымъ Jenny Koller подъ руководствомъ Forel'я. Koller найдено около 60% здоровыхъ съ плохой наслѣдственностью, между тѣмъ какъ плохая наслѣдственность душевно-больныхъ выражалась только въ 77%. А такъ какъ Diem на матеріалѣ психіатрической клиники въ Цюрихѣ нашелъ плохую наслѣдственность у 67% здоровыхъ, то только разница 77% и 67%, т. е. 10% и составитъ настоящее численное выраженіе дѣйствія плохой наслѣдственности. Но нельзя, однако, слишкомъ низко оцѣнивать того психическаго вліянія, которое плохая наслѣдственность оказываетъ на лицъ, знающихъ о ея существованіи у себя самихъ. Такіе люди живутъ подъ постояннымъ страхомъ, что сойдутъ съ ума. Они боятся вступить въ бракъ, чтобы не вовлечь въ погибель свою будущую семью. Дамокловъ мечъ плохой наслѣдственности постоянно

виситъ надъ ними. У такихъ людей, дѣйствительно, постоянно есть комплексъ представленій, который при каждомъ важномъ, рѣшающемъ жизненномъ вопросѣ даетъ о себѣ знать; такіе люди живутъ въ постоянномъ психическомъ конфликтѣ между своими желаніями и страхомъ. Удивительно ли, что они часто заболѣваютъ? А сколько суевѣрія въ толкахъ о плохой наслѣдственности! Совсѣмъ наоборотъ: есть наблюденія, что какъ разъ изъ семей съ плохой наслѣдственностью выходили удивительно здоровые люди, какъ приводитъ тому примѣръ Wagner въ своей замѣчательной работѣ: „Нѣчто о плохой наслѣдственности" (Wiener klinische Wochenschrift, 1906 г. № 1).

Повидимому, до сихъ поръ статистика пыталась разрѣшить эти вопросы односторонне. Въ родословномъ деревѣ разыскивались гнилыя части, болѣзни прослѣживались въ самыхъ отдаленныхъ поколѣніяхъ, а здоровыя части разсматривались какъ побочныя. Новѣйшіе изслѣдователи оставили эту одностороннюю точку зрѣнія. Теперь здоровый интересуетъ насъ больше, чѣмъ больной. И вотъ, при ближайшемъ изслѣдованіи обнаружилось, что изъ семей съ плохой наслѣдственностью выходило много совершенно здоровыхъ людей, которые, въ свою очередь, производили здоровое потомство. И изъ развалинъ при благопріятныхъ условіяхъ можетъ зацвѣсти новая жизнь!

Поэтому мы съ полнымъ правомъ можемъ говорить о пріобрѣтенномъ разотягощеніи (erworbene Entlastung) въ противоположность наслѣдственному отягощенію (erbliche Belastung). Заслуга введенія этого утѣшительнаго слова принадлежитъ заслуженному издателю журнала „Jugend" Georg'y Hirth'y. Но пусть онъ самъ говоритъ. „Это—сильное, утѣшительное слово, идущее противъ теченія, открытіемъ котораго я горжусь. Когда оно появилось у меня надъ порогомъ

сознанія, я испугался отъ радости. А я тогда имѣлъ еще только интуитивное предчувствіе всего значенія этого новаго слова, потому что я только искалъ лозунга, боевого крика, въ борьбѣ противъ того проклятаго слова, которое какъ мрачный коршунъ пессимизма вселилось въ сердца вздыхающаго человѣчества. Я сказалъ себѣ: каждый отдѣльный человѣкъ можетъ бороться противъ наслѣдственнаго зла своими собственными средствами и можетъ то, что онъ лично позналъ, сдѣлать не только своимъ достояніемъ, но и передать потомству, какъ достигнутую имъ оцѣнку жизни". Такъ говоритъ тотъ, кто открылъ это новое слово. Да и само собою ясно, что плохая наслѣдственность получила же когда-нибудь свое начало отъ благопріобрѣтеннаго болѣзненнаго измѣненія у того или другого предка. Поколѣніямъ этихъ больныхъ предковъ, съ другой стороны, должны предшествовать цѣлыя поколѣнія здоровыхъ, здоровье и силы которыхъ таинственными законами наслѣдственности тоже переходятъ на насъ. Ничто такъ не доступно внѣшнимъ вліяніямъ, какъ организмъ человѣка. Мы только атомы вселенной, доступные всякимъ вліяніямъ природы. И нецѣлесообразнымъ образомъ жизни мы можемъ точно такъ же повредить себѣ, какъ можемъ принести себѣ пользу здоровымъ режимомъ.

Указывать сейчасъ на всѣ средства и пути къ борьбѣ съ плохой наслѣдственностью было бы слишкомъ долго. Еще только одно слово объ этомъ вопросѣ. Есть одно наслѣдственное отягощеніе, которое гораздо хуже органическаго, это—отягощеніе, привитое воспитаніемъ. Дѣти, которыя растутъ между ссорящимися родителями, непремѣнно будутъ нервными. Они сызмала вовлекаются въ семейныя столкновенія, принимаютъ сторону отца или матери, и уже съ дѣтства переживаютъ самые тяжелые психическіе конфликты.

Отягощеніе черезъ посредство среды гораздо опаснѣе отягощенія наслѣдственнаго.

Не могу я также карать, какъ сопреступниковъ плохой наслѣдственности, и алкоголь и никотинъ, эти отравляющіе весь міръ яды, которые и безъ того уже сдѣлались козлищами отпущенія нашихъ соціальныхъ бѣдствій. Само собой разумѣется, что всякое излишество вредно. Излишество алкоголя разрушаетъ тѣло и нарушаетъ душевное равновѣсіе. Излишество никотина порождаетъ болѣзни сердца и пищеваренія. Излишество мясной пищи ведетъ къ различнымъ разстройствамъ обмѣна веществъ. Но умѣренное потребленіе всякаго рода пищи и возбуждающихъ веществъ, навѣрное, безвредно, и я считаю неразумнымъ выбрасывать ребенка вмѣстѣ съ ванной, т. е. выбрасывать за бортъ алкоголь и прочія возбуждающія потому только, что они при злоупотребленіи вредны. Нельзя достаточно строго относиться къ пьяницѣ. Давно бы пора тоже положить конецъ принудительному питью, благодаря которому такъ часто излѣчившіеся алкоголики опять возвращаются къ своему пороку. Безконечные парадные обѣды могли бы протекать и безъ шампанскаго, и это нисколько не повредило бы ихъ достоинству. Принудительное питье нашей учащейся молодежи, ознаменованіе праздниковъ алкогольнымъ отравленіемъ, —все это, дѣйствительно, излишне. Но развѣ изъ этого слѣдуетъ, что умѣренное употребленіе алкоголя должно быть запрещено? Современный человѣкъ нуждается въ цѣломъ рядѣ возбуждающихъ и успокаивающихъ средствъ. Если употреблять ихъ умѣренно, они совершенно безвредны и, навѣрное, не могутъ быть причиной нервности. При чрезмѣрномъ употребленіи они подготовляютъ почву для невроза. Но какъ разъ утрированное движеніе противъ алкоголя, которое,

навѣрное, перейдетъ въ проповѣдь умѣреннаго пользованія алкоголемъ, приводитъ къ непріятнымъ психическимъ конфликтамъ многихъ, кто съ трудомъ отказываетъ себѣ въ умѣренномъ употребленіи возбуждающихъ средствъ. Современнаго человѣка вѣрнѣе всего можно охарактеризовать какъ труса (Angstmeier). Да и немудрено, что онъ таковъ. Ему безпрестанно внушаютъ всякіе страхи. Изъ-за всевозможной гигіены, которая должна поддерживать его жизнь, онъ не живетъ совсѣмъ. И отъ этого страха онъ заболѣваетъ. Его энергія тратится на борьбу съ его природными склонностями. Какъ видно изъ всего только что сказаннаго, я совершенно не придерживаюсь того мнѣнія, что такъ часто обвиняемый алкоголь служитъ причиною нервности. При всемъ своемъ желаніи я не могу присоединиться къ хору Forel'я, Kassowitz'a и Bleuler'а, которые видятъ въ алкоголѣ источникъ всѣхъ соціальныхъ бѣдъ. Я отвергаю все чрезмѣрное, признаю тяжелый соціальный и этическій вредъ отъ питья, но не могу видѣть въ умѣренномъ употребленіи алкоголя чего-либо такого, что причиняло бы вредъ тѣлу. Точно такъ же обстоитъ дѣло съ никотиномъ, кофеиномъ и другими ядами (мясная пища), пользованіе которыми стремятся сдѣлать для насъ непріятнымъ, и отъ которыхъ желаютъ насъ отучить. Нѣтъ, и еще разъ нѣтъ! Всѣмъ этимъ ядамъ принадлежитъ такая же скромная роль въ этіологіи неврозовъ, какъ и наслѣдственному отягощенію.

А умственное переутомленіе? Развѣ не слышишь каждый день, что школа порождаетъ неврозъ, что борьба за существованіе наполняетъ своими жертвами санаторіи для нервныхъ? При ближайшемъ изслѣдованіи и это также оказывается не совсѣмъ вѣрнымъ или вѣрнымъ только въ одномъ извѣстномъ смыслѣ. Въ какомъ—мы увидимъ послѣ. Какой страш-

ный умственный трудъ несъ, напримѣръ, Вирховъ, который неустанно работалъ на стольких поприщахъ и могъ удѣлять на сонъ только 4, 5 часовъ въ сутки? Слышалъ ли кто, чтобы онъ былъ нервный? Конечно, можно возразить на это, что не у каждаго такой мозгъ, какъ у Вирхова. Но мы знаемъ въ жизни множество людей, которые, неустанно работая на разныхъ поприщахъ, не проявляютъ никакихъ признаковъ нервности. Однако, умственный трудъ можетъ порождать нервность. Но я долженъ попросить терпѣнія у моего читателя: онъ увидитъ позднѣе, въ какихъ случаяхъ умственная работа можетъ повредить, и въ какихъ она является благодѣяніемъ. Фактъ, что умственные работники достигаютъ болѣе преклоннаго возраста, чѣмъ другіе люди.

Freud, вновь обосновывая старое мнѣніе, приписываетъ главную роль въ этіологіи неврозовъ сексуальному влеченію. Въ извѣстномъ смыслѣ это, можетъ быть, и вѣрно. Но хоть я вообще и большой почитатель великаго учителя,—мои наблюденія ведутъ меня немного въ сторону отъ дороги, которую Freud такъ тщательно и такъ искусно проложилъ. По моему мнѣнію, тутъ долженъ присоединиться другой моментъ, въ соединеніи съ которымъ, напримѣръ, аутоэротизмъ—столь обвиняемый онанизмъ—и можетъ обусловить неврозъ. Онанизмъ производитъ неврозъ? —Да, но кто не предавался въ юности этому пороку? Къ онанизму долженъ, безусловно, присоединиться еще другой, чисто психическій факторъ.

Этотъ второй факторъ — я сейчасъ назову его и тѣмъ самымъ повторю мои прежніе выводы—это именно „психическій конфликтъ".

Только когда внутри насъ борются два теченія; только когда сознательное и безсознательное чувствованія враждуютъ

другъ съ другомъ; только когда большая часть нашей энергіи уходитъ на подавленіе душевныхъ конфликтовъ,—можетъ развиться неврозъ. Всѣ другіе моменты приготовляютъ почву для невроза, дѣлаютъ его возможнымъ, но рѣшающимъ толчкомъ является „психическій конфликтъ“.

Теперь мы поймемъ, въ какой мѣрѣ можно считаться съ прежде упомянутыми причинами нервности. Аутоэротикъ—онанистъ, который находится въ постоянной борьбѣ съ сексуальнымъ влеченіемъ, потому что стремится остаться цѣломудреннымъ и падаетъ,—такой человѣкъ дѣлается нервнымъ, такъ какъ онъ тратитъ пропасть энергіи на свою внутреннюю борьбу. Его жизнь—постоянная борьба между потребностью и страхомъ. Умственный труженикъ, когда онъ производитъ работу, которая ему не по сердцу, когда онъ вынужденъ сидѣть за конторкой, а его сердце принадлежитъ музыкѣ или другому искусству или природѣ. Умственный трудъ, производимый охотно и радостно, безвреденъ. Умственный трудъ, производимый на почвѣ „психическаго конфликта“, который исполняется только послѣ того, какъ приходится преодолѣть безчисленныя сопротивленія, — такой трудъ можетъ породить неврозъ. Всего лучше пояснить это сравненіемъ. Умственный трудъ безъ принужденія подобенъ локомотиву, который катится по рельсамъ; умственный трудъ по принужденію—телѣга, которую тащатъ по деревенской изрытой колеями дорогѣ усталые кони.

Нервность между офицерами страшно возрастаетъ. Точно также и здѣсь самая коренная причина—въ психическомъ конфликтѣ. Офицеръ, котораго разноситъ его начальство, и который долженъ въ это время спокойно стоять, тогда какъ внутренній голосъ го-

ворить ему: „Ты имѣешь право высказать какъ слѣдуетъ и свое мнѣніе“,—страдаетъ психическимъ конфликтомъ. Если этотъ офицеръ часто подвергается такимъ переживаніямъ, они наполняютъ его душевную жизнь и дѣлаютъ его нервно-больнымъ. Каждое подавленіе, каждое принужденіе, всякая дисциплина на службѣ, въ войскѣ, въ искусствѣ создаетъ нервныхъ людей. Послушаніе въ большинствѣ случаевъ—вытѣсненіе, въ меньшинствѣ—любовь.

Здоровая совѣсть (robustes Gewissen) могла бы быть лучшимъ цѣлебнымъ средствомъ противъ нервности. Подъ совѣстью я понимаю сумму всѣхъ препятствій, которыя вплетаются между нашими инстинктами и нашими этическими представленіями. Вся этическая культура покоится на вытѣсненіи и на задержкахъ. Поэтому въ нашей постоянно движущейся впередъ культурѣ только въ этомъ смыслѣ и надо искать причины нервности. Не культура, какъ таковая, не успѣхи техники, не развитіе нашихъ знаній создаютъ нервныхъ людей. Нѣтъ! Только слишкомъ большая чувствительность совѣсти порождаетъ болѣзни души. Причиной самыхъ тяжкихъ для насъ конфликтовъ служатъ тѣ безчисленныя задержки (Hemmungen), которымъ подлежатъ наши инстинкты, тѣ безчисленныя желанія, которыя мы обязаны подавлять, и которыя дремлютъ у насъ въ области безсознательнаго. Въ этомъ направленіи много поработалъ Freud и далъ намъ богатый фактическій матеріалъ. Ему удалось доказать, что въ особенности наша половая добродѣтель стоитъ на очень шаткой почвѣ, что всѣ заблужденія, которыя доселѣ именовались извращеніями, въ болѣе или менѣе сильной степени обозначаются у каждаго человѣка, и что почти каждый изъ насъ долженъ вести упорную борьбу со своими инстинктами. Степень вытѣсненія

стоитъ въ прямомъ отношеніи къ этической высотѣ личности. Чѣмъ болѣе чутокъ, чѣмъ болѣе нѣженъ, чѣмъ болѣе благороденъ отдѣльный человѣкъ, тѣмъ большую работу вытѣсненія онъ вынесъ, и тѣмъ легче можетъ онъ сдѣлаться нервнымъ.

Сущность и дѣйствіе вытѣсненія.

Наша культура зиждется на подготовленной съ большимъ трудомъ почвѣ. Много грязныхъ водъ пришлось сначала спустить, много возвести крѣпкихъ плотинъ. Культура есть вытѣсненіе, хорошо функціонирующій тормозъ.

Что имѣетъ значеніе для всего человѣчества, то имѣетъ значеніе и для каждаго отдѣльнаго человѣка. Вытѣсненіе дѣлаетъ возможной жизнь культурнаго человѣка, который хочетъ стоять на уровнѣ этическихъ и соціальныхъ требованій своего времени. Оно дѣлаетъ для насъ возможной также и ту внутреннюю культурность, тотъ подъемъ въ высь, который отличаетъ насъ отъ стаднаго человѣка. Оно дѣлаетъ для насъ возможнымъ новый расцвѣтъ надежды послѣ безчисленныхъ разочарованій и заблужденій. Каждый день мы пьемъ изъ Леты забвенія.

Но не всегда вытѣсненіе есть выигрышъ для нашего существованія. Наоборотъ, кто не въ состояніи прослѣдить своихъ мыслей до ихъ мельчайшихъ развѣтвленій и возникновенія, тотъ никогда не освободится отъ ихъ гнета. *Вытѣсненіе безъ помощи сознанія есть причина безчисленныхъ болѣзней; это не освобожденіе, а отягощеніе.* То, что спокойно лежитъ подъ сознаніемъ, можетъ, всколыхнувшись, потрясти все существо. За-

бывать мы имѣемъ право только то, что мы дѣйствительно знали.

Какъ классическое подтвержденіе моихъ словъ я приведу Грилльпарцера; вотъ что онъ говоритъ въ своей автобіографіи: „Я уже сказалъ, что съ трудомъ оріентируюсь въ послѣдовательности событій. Причина этого заключается въ томъ, что до настоящей минуты я употреблялъ всѣ усилія, чтобы ихъ позабыть. Я чувствовалъ (можетъ быть, это была нѣкоторая ипохондрія), что меня со всѣхъ сторонъ тѣснили и жали, такъ что мнѣ не оставалось ничего другого дѣлать, какъ обрывать раздражающія меня нити воспоминаній и переносить себя въ новый рядъ мыслей. Это обстоятельство вообще принесло мнѣ много вреда. Говоря по-Кантовски, это привело изначала постоянное моего существа въ движеніе, и даже моя память, которая въ молодости была очень хороша, благодаря этому постоянному обрыванію и спутыванію, сдѣлалалась невѣрной и слабой. Я настоятельно совѣтую каждому, кто хочетъ изъ себя выработать что-нибудь хорошее, продумывать до конца свои непріятныя мысли, чтобы онѣ въ умѣ нашли себѣ разрѣшеніе. Ничто такъ не опасно, какъ отвлекаться отъ этихъ мыслей“.

Этими словами Грилльпарцеръ ясно установилъ сущность современной психотерапіи. Вѣдь говоритъ же Freud въ своемъ докладѣ о психотерапіи, объ искусствѣ исцѣлять душевные недуги душевными средствами (Wiener mediz. Presse. 1905 г. № 1):

„Эта терапія основана на томъ воззрѣніи, что ближайшей причиной душевныхъ заболѣваній служатъ безсознательныя представленія, или лучше—безсознательность душевныхъ процессовъ. Раскрытіе этого безсознательнаго тормозится постояннымъ сопротивленіемъ больного, и, благодаря этому нежеланію боль-

ного, непріятныя мысли постоянно отстраняются назадъ въ область безсознательнаго. Врачъ долженъ вмѣшаться въ этотъ конфликтъ въ душевной жизни больного. Если врачу удастся убѣдить паціента, чтобы онъ на основаніи лучшаго пониманія согласился съ чѣмъ-либо изъ того, что онъ раньше отвергалъ, такъ какъ ему непріятно было вспоминать объ этомъ, то такой трудъ врача можно считать воспитательнымъ".

Тѣ непріятныя мысли, отъ которыхъ страждущій прежде, когда онъ былъ религіозенъ, освобождался при помощи искренней исповѣди, теперь вытѣсняются. И это вытѣсненіе становится причиной безконечнаго количества нервныхъ заболѣваній. Сила, употребляемая на то, чтобы забыть извѣстныя событія, дѣйствительныя или воображаемыя, не теряется: она возвращается въ видѣ болѣзни, въ видѣ представленій страха, невроза навязчивыхъ состояній или въ другомъ какомъ-нибудь обликѣ. Вытѣсненное представленіе борется съ представленіями сознательными и дѣлается причиной неврозныхъ психическихъ конфликтовъ. Это забвеніе непріятныхъ событій есть активный психическій процессъ, и я какъ разъ могу привести Грилльпарцера, какъ классическаго свидѣтеля того, до какой степени легко забываются нами непріятныя событія.

Одинъ разъ Грилльпарцеръ написалъ шуточное стихотвореніе, или скорѣе,—какъ онъ самъ выражается—„жалкіе уличные куплеты". Онъ прочелъ ихъ своему отцу, и отецъ настоятельно просилъ его не компрометировать своего будущаго этимъ риѳмоплетствомъ и взялъ съ него слово никому ихъ не показывать. „Я свято сдержалъ мое слово,—говоритъ Грилльпарцеръ,—и никому моихъ стиховъ не показалъ. Несмотря на это, на другой же день мой отецъ возвратился изъ своего ресторана со-

вершенно ошеломленный и разсказалъ мнѣ, что одинъ изъ обѣдавшихъ съ нимъ при всеобщемъ одобреніи прочелъ эти самые стихи. Это было одно изъ двухъ удивительныхъ событій моей жизни, когда тщательно скрываемое мною стихотвореніе пробило себѣ путь въ первомъ случаѣ къ гласности, а во второмъ—по особому адресу". Еще интереснѣе именно этотъ второй случай. Грилльпарцеръ влюбился въ одну пѣвицу и написалъ стихотвореніе, въ которомъ описывалъ ея красоту съ такимъ жаромъ, что это граничило если не съ сумасшествіемъ, то съ безнравственностью. Съ чувствомъ смиренія заперъ онъ это стихотвореніе въ ящикъ съ сознаніемъ того, что „ни наружность, ни средства не позволяютъ ему приблизиться къ обожаемой, и что ни за что на свѣтѣ онъ никому этого не откроетъ".

Много времени спустя онъ познакомился съ счастливымъ богатымъ покровителемъ своей героини и узналъ отъ него, что одно стихотвореніе едва не привело его къ разрыву съ его возлюбленной. Пѣвица, неизвѣстно какимъ образомъ, получила письмо, которое въ прекрасныхъ стихахъ описывало самую страстную любовь. „Я просилъ показать мнѣ эти стихи, они были мои. До сихъ поръ непонятнымъ мнѣ путемъ они дошли до нея, и въ то время, какъ я мучился безнадежной страстью, прекрасный предметъ моихъ чувствъ съ нетерпѣніемъ ждалъ меня къ себѣ. Такъ, впрочемъ, складывалось многое въ моей жизни".

Это странное событіе имѣетъ два объясненія. Одно, что это случай double conscience, раздвоенія „я", и что самъ Грилльпарцеръ отослалъ стихотвореніе пѣвицѣ, какъ „другой". Это объясненіе почти приближается ко второму, которое исходитъ изъ того, что каждый изъ насъ, людей, состоитъ изъ двухъ: одинъ

воспитанъ для свѣта, слушается его законовъ, зашнурованъ въ строгія правила, а другой свободно живетъ своей волей. Такъ какъ никакого волшебства тутъ не было, то ясно, что Грилльпарцеръ самъ послалъ стихотвореніе и, благодаря своей большой привычкѣ вытѣснять непріятныя мысли, немедленно же забылъ объ этомъ.

Дѣйствительно, трудно найти другой примѣръ, когда бы такъ ясно обнаруживались непріятныя послѣдствія вытѣсненія. Кто внимательно вчитается въ приведенныя выше слова Грилльпарцера, отъ того не скроется, что геніальный поэтъ какъ разъ въ этомъ своемъ постоянномъ вытѣсненіи мыслей усматривалъ причины своей психической ненормальности.

„Я настоятельно совѣтую каждому, кто хочетъ выработать изъ себя что-нибудь хорошее, продумывать до конца всѣ свои непріятныя мысли до тѣхъ поръ, пока онѣ не найдутъ въ умѣ разрѣшенія". Кто умѣетъ читать между строкъ, тотъ и во многихъ другихъ мѣстахъ сочиненій Грилльпарцера найдетъ у автора черты невроза, болѣе точное изслѣдованіе коего составило бы предметъ обширнаго труда.

Сущность вытѣсненія лучше всего будетъ намъ понятна изъ разбора удачнаго лѣченія психотерапевтовъ, врачей души. Здѣсь я долженъ кстати сообщить кое-что о сущности психотерапіи, а также привести нѣсколько примѣровъ изъ собственнаго опыта, поскольку они мнѣ представляются пригодными для иллюстраціи могучаго значенія вытѣсненія.

Современная психотерапія, въ которой проф. Bleuler совершенно справедливо видитъ единственное средство лѣченія неврозовъ, ставитъ себѣ задачей прослѣдить это вытѣсненіе мыслей, привести его къ разрѣшенію и, такимъ образомъ, вылѣчить больного. Ея девизъ: „A mal psychique traitement psychique".

Психотерапія, какъ таковая,—старинная наука, быть можетъ, древнѣйшая форма медицины. Отсылаю по этому поводу къ обстоятельной книгѣ Loewenfeld'a „Lehrbuch der gesamten Psychotherapie“ 1897, Висбаденъ.

Изъ этой книги явствуетъ, что жрецы древнѣйшихъ религій сѣдой старины уже знали психотерапію, да это—всѣмъ извѣстная истина. Психотерапіей занимались и многіе врачи старыхъ временъ. Такъ, въ прошломъ столѣтіи Reil, написавшій „*Рапсодіи* о примѣненіи психическаго метода къ умственнымъ разстройствамъ“, высказалъ такое положеніе: „Медицинскіе факультеты будутъ вынуждены къ двумъ научнымъ степенямъ прибавить еще и третью: степень доктора психической медицины“. Также вѣнскій врачъ и мыслитель Feuchtersleben въ 1845 году издалъ учебникъ „врачеванія души“. Но, несмотря на это, прошло много времени, пока не возникъ новый основой методъ психотерапіи, а такимъ методомъ я считаю методъ **Freud'a. Freud** своими детальными психоанализами раскрылъ передъ нами все значеніе вытѣсненія, онъ доказалъ намъ, что прекращеніе вытѣсненія есть путь къ исцѣленію. То, что прежде достигалось психическимъ лѣченіемъ, достигалось, съ одной стороны, при помощи внушенія, съ другой—при помощи психическаго облегченія въ смыслѣ исповѣди.

Но на землѣ нѣтъ ничего новаго. Гете, великій знатокъ человѣческой души, предчувствовалъ такія вещи и во многихъ случаяхъ проявилъ себя какъ психотерапевтъ. Такъ, онъ отмѣчаетъ въ своемъ дневникѣ отъ 27 мая 1811 года: Психическое излѣченіе хандры (des Schlickens) у юноши. 25 сентября онъ пишетъ г-жѣ фонъ-Штейнъ (Goethe, von P. J. Moebius, Barth, 1903 г.): „Вчера вечеромъ я сдѣлалъ замѣчательный фокусъ. Г-жа Гердеръ была еще въ очень ипохондрическомъ настроеніи по поводу всего, что

съ ней случилось непріятнаго въ Карлсбадѣ,—особенно по отношенію къ своимъ домашнимъ. Я настоялъ, чтобы она мнѣ все разсказала, какъ на исповѣди, и чужіе и свои собственные грѣхи до мельчайшихъ подробностей, и подъ конецъ отпустилъ ихъ ей, давъ ей понять, шутя, что теперь это дѣло кончено и кануло на дно моря. Она этимъ такъ развеселилась, что и въ самомъ дѣлѣ выздоровѣла". Вотъ основные принципы современной психотерапіи. Безсознательно, благодаря таинственной силѣ своего генія, Гете произвелъ то, что пытаемся производить и мы, современные терапевты, и, конечно, не всегда съ такимъ скорымъ и блестящимъ успѣхомъ. Чудесная психологическая проницательность Гете инстинктивно могла уловить внутреннюю связь и разгадать трудныя загадки тамъ, гдѣ для насъ требуются недѣли, даже мѣсяцы работы. На ряду съ указанными успѣшными случаями психотерапіи у Гете бывали и неудачи, какъ, напр., съ извѣстнымъ психическимъ лѣченіемъ кандидата Плессинга.

Неожиданное нападеніе на невротика и внезапное разрѣшеніе конфликта не всегда удается такъ быстро, какъ въ случаѣ Гете съ г-жей Гердеръ. Современный психотерапевтъ рѣдко этого достигаетъ, хотя нѣкоторые легкіе случаи безусловно могутъ излѣчиваться въ одинъ сеансъ. Я приведу здѣсь аналогичный случай изъ собственной практики. Вѣдь въ концѣ концовъ самые прекрасные теоретическіе выводы безполезны, если они не ведутъ къ практическимъ результатамъ. Только успѣхъ можетъ подтвердить правильность нашихъ пріемовъ.

Въ пріемный часъ приходитъ ко мнѣ за совѣтомъ высокій представительный 28-лѣтній человѣкъ, страдающій боязнью пространства. Онъ продѣлалъ безо всякаго результата всевозможныя водолѣченія и электро-

терапевтическія процедуры. Я прошу его описать мнѣ его боязнь. Ея теченіе оказывается весьма типичнымъ. Паціентъ передъ каждой площадью останавливается, съ нимъ дѣлается нервная дрожь, и никакія силы не могутъ заставить его перейти черезъ пустое мѣсто. Онъ можетъ это сдѣлать только рука объ руку съ кѣмъ-нибудь другимъ. Я разспрашиваю его обо всѣхъ обстоятельствахъ его жизни, которыя могутъ вызвать неврастенію, и, между прочимъ, о его сексуальной жизни. Но здѣсь я долженъ обратить вниманіе читателя на прекрасное замѣчаніе Freud'a. Freud убѣдился по опыту, что очень многіе врачи, не понимая сущности психотерапіи, ищутъ корень невроза въ сексуальной жизни и предписываютъ больному неограниченное удовлетвореніе своего сексуальнаго влеченія въ надеждѣ, что онъ отъ этого выздоровѣетъ. „Но на самомъ дѣлѣ это не такъ,— говоритъ Freud,—половая потребность и воздержаніе— не единственный факторъ, который участвуетъ въ механизмѣ невроза. Если бы это было такъ, то мы имѣли бы въ результатѣ не болѣзнь, а половыя излишества. Другой неизбѣжный факторъ — и его слишкомъ легко забываютъ—это отвращеніе невротиковъ къ удовлетворенію полового влеченія, ихъ неспособность къ любви, та психическая черта, которую я назвалъ вытѣсненіемъ. Только изъ столкновенія этихъ двухъ теченій возникаетъ болѣзнь, и потому совѣтъ удовлетворять сексуальное влеченіе рѣдко можетъ быть полезенъ для невротиковъ".

Послѣ этого небольшого, но необходимаго отступленія возвратимся къ моему случаю. Паціентъ говоритъ, что имѣетъ мало склонности къ женщинѣ. Онъ еще ни разу въ жизни не былъ влюбленъ и не чувствуетъ потребности влюбиться. Половыя отношенія

онъ пробовалъ, но никакого особеннаго чувства отъ нихъ не испыталъ. Невольно при этомъ признаніи мнѣ приходитъ въ голову подозрѣніе въ гомосексуальности, но откровенно все разсказывающій паціентъ рѣшительно отвергаетъ это предположеніе и даже не хочетъ признать наличность гомосексуальнаго компонента, который часто проявляется въ сновидѣніяхъ. Въ такихъ случаяхъ всегда оправдывается предположеніе о какомъ-нибудь фиксированіи любви, но на комъ же другомъ могла бы фиксироваться любовь этого молодого человѣка, какъ не на тѣхъ изъ окружающихъ, на кого ребенокъ съ первыхъ дней направляетъ свою любовь? Какъ бы безъ всякаго значенія, я просто спрашиваю его, любитъ ли онъ своихъ родителей.

— Очень,—говоритъ онъ. Его лицо оживляется, глаза блестятъ.—И мать больше, чѣмъ отца.

Итакъ, фиксированіе любви смолоду на любви къ матери.

— Ваши родители бѣдны?

— Я ихъ содержу.

— Чѣмъ вы занимаетесь?

— Я кассиръ въ большомъ государственномъ учрежденіи.

— Черезъ ваши руки проходитъ много денегъ?

— Милліоны кронъ ежедневно.

Какъ молнія, меня озаряетъ разгадка его чувства страха: этого человѣка должна преслѣдовать мысль завладѣть милліонами и бѣжать. Я неожиданно ставлю вопросъ:

— Вамъ никогда не приходило въ голову, что пока вы здѣсь горстями перебираете золото, ваши родители терпятъ нужду?

— Конечно, очень часто.

— И вы никогда не думали: какъ эти деньги успокоили бы ихъ старость?

Паціентъ вдругъ блѣднѣетъ, но послѣ минутнаго колебанія говоритъ непринужденно:

— Эта мысль тоже приходила мнѣ въ голову, но я ее тотчасъ же энергично вытѣснилъ.

— Разумѣется,—отвѣчаю я,—какъ всякій порядочный человѣкъ.

Мы бесѣдуемъ еще нѣкоторое время, и, наконецъ, паціентъ спрашиваетъ меня о своей болѣзни. Я говорю ему совершенно откровенно:

— Ваша болѣзнь произошла оттого, что вы постоянно вытѣсняете мысль о томъ, чтобы овладѣть большой суммой денегъ. Я не вижу для васъ никакого иного способа выздоровѣть, какъ только перемѣнить мѣсто кассира на другое, которое вамъ будетъ, можетъ быть, труднѣе, но зато избавитъ васъ отъ искушенія.

Онъ возражаетъ, что это невозможно, это всѣхъ бы удивило. Я отвѣчаю: „Нисколько“ и указываю на его неврастеническое состояніе, какъ не допускающее занятій счетами и деньгами.

Черезъ полгода я узналъ отъ его близкихъ, что онъ оставилъ эту службу и излѣчился отъ всѣхъ своихъ нервныхъ страданій. Увижу ли я его еще когда-нибудь, я не знаю. Это одна изъ особенностей психическаго лѣченія: въ то время, какъ всѣ другіе больные повсюду хвалятъ врача, если онъ имъ помогъ, наши паціенты умалчиваютъ, что обязаны своимъ выздоровленіемъ психотерапевту. Во-первыхъ, врачъ какъ бы застигаетъ ихъ на запретномъ пути, узнавая ихъ безсознательныя мысли; онъ открываетъ въ нихъ того преступника, который до нѣкоторой степени живетъ въ каждомъ изъ насъ. Во вторыхъ, они боятся (конечно, безъ всякаго основанія), какъ

бы врачъ не выдалъ чего-нибудь изъ ихъ интимныхъ переживаній, которыя каждаго человѣка выставляютъ въ невыгодномъ свѣтѣ. И такъ и выходитъ, что они признаются врачу въ своихъ страданіяхъ, какъ на исповѣди, не видя духовнаго отца,—и послѣ выздоровленія избѣгаютъ встрѣчи съ врачомъ. Скажу, впрочемъ, что бываютъ и исключенія. Нѣкоторые больные, наоборотъ, время отъ времени возвращаются къ врачу, чтобы получить облегченіе въ какихъ-нибудь мелкихъ недочетахъ.

Очень хорошъ также и другой примѣръ, когда послѣ первой же бесѣды мнѣ удалось вылѣчить одну даму отъ навязчивой идеи. Она обратилась ко мнѣ за совѣтомъ по поводу одного своего страннаго свойства: она не могла оставаться одна въ комнатѣ; съ ней непремѣнно долженъ былъ находиться кто-нибудь другой, и притомъ не чужой, а или мужъ или какой-нибудь его близкій родственникъ. Въ послѣднее же время она настаивала, чтобы возлѣ нея постоянно находился мужъ. Предложеніе провести курсъ психическаго лѣченія встрѣтило то затрудненіе, что и лѣченіе могло происходить только въ присутствіи мужа. Исповѣдь въ присутствіи третьяго лица—вещь невозможная, однако, я попытался поближе ознакомиться съ сущностью заболѣванія.

Паціентка до свадьбы была совершенно здорова; замужемъ она восемь лѣтъ. Я узналъ, что въ теченіе нѣсколькихъ лѣтъ послѣ свадьбы мужъ страдалъ безсиліемъ и не могъ исполнять своихъ супружескихъ обязанностей. Теперь его состояніе улучшилось, хотя еще не въ достаточной мѣрѣ, но все же настолько, что она сдѣлалась матерью одного ребенка. Она—живая, фантастическая натура, смолоду много мечтала, читала много романовъ, и то, что она нашла въ своемъ мужѣ, во всякомъ случаѣ не отвѣ-

чало ея идеалу мужчины. По всему было видно, что она въ половомъ отношеніи не удовлетворена, и что ее преслѣдуютъ всевозможныя эротическія мысли. Механизмъ навязчивой идеи сталъ мнѣ ясенъ. Ея страстная любовь и влеченіе къ мужу боролись въ ней съ желаніемъ измѣнить ему. По всей вѣроятности, она была увѣрена, что при первомъ же случаѣ, когда она останется наединѣ съ другимъ, она мужу измѣнитъ. Она не чувствовала въ себѣ никакой силы сопротивленія домогательствамъ другихъ мужчинъ. Какъ реакція на это желаніе, которое въ данномъ случаѣ было равно страху, явилась навязчивая идея, что она не можетъ оставаться одна въ комнатѣ. Рядомъ съ ней долженъ находиться или мужъ, или его родственникъ, чтобы охранять ея честь. Страхъ, какъ хранитель добродѣтели!

Я объяснилъ интеллигентной женщинѣ и ея мужу, съ которымъ говорилъ совершенно откровенно, весь психическій механизмъ и имѣлъ удовольствіе узнать, также стороной, что послѣ этой единственной бесѣды состояніе больной поправилось въ значительной степени, страхъ почти совсѣмъ прошелъ.

Этотъ примѣръ ясно показываетъ, какъ психическій конфликтъ, борьба между влеченіемъ и долгомъ, можетъ породить неврозъ.

Прежде, чѣмъ покончить съ вытѣсненіемъ, я бы хотѣлъ привести еще одинъ случай, излѣченный мною съ помощью исповѣди, когда духовникомъ былъ не я самъ, а предоставилъ эту задачу церкви.

Одна дама спрашивала моего совѣта по поводу своеобразныхъ припадковъ дрожи съ потерей сознанія, которыми она страдала съ дѣтства. Первый припадокъ случился съ ней на четырнадцатомъ году въ рождественскій вечеръ во время молитвы. Я тотчасъ

же сказалъ ей, что догадываюсь, на какихъ словахъ молитвы начался ея припадокъ.

— Интересно, если бы вы угадали!—сказала она.

— И остави намъ долги наша!

Такъ и оказалось.

Съ четырнадцатилѣтней дѣвочкой безстыдно поступилъ ея учитель музыки. Она ему все дозволила и не рѣшалась на послѣдній шагъ только потому, что воображала себя неправильно сложенной (такой страхъ очень часто наблюдается у дѣвочекъ). Она была воспитана въ религіозной семьѣ и очень вѣрующая. Конфликтъ между религіей и грѣхомъ и вызвалъ тогда ея припадки. Возобновленіе припадковъ теперь указывало на возникновеніе второго подобнаго же конфликта. Она мнѣ въ немъ и созналась: она вступила въ связь съ мужемъ своей лучшей подруги.

— Вы все еще вѣруете?

— Да,—но она уже много лѣтъ не была на исповѣди.

Я предписалъ ей исповѣдаться и выразилъ надежду, что припадки навѣрное пройдутъ, если она попадетъ на хорошаго духовника. Отъ этого зависитъ очень многое. Если духовникъ окажется врачомъ души (что, къ несчастью, не всегда бываетъ), если онъ сумѣетъ читать въ сердцѣ больной,—успокаивающее слово облегчитъ ея душу и смягчитъ конфликтъ. Если же онъ сгуститъ краски, если онъ нарисуетъ передъ ней картину ужаса, станетъ грозить адомъ и наказаніями,—онъ ухудшитъ болѣзнь и настолько обострить конфликтъ, что сдѣлаетъ его почти неизлѣчимымъ. Въ данномъ случаѣ все произошло, какъ я надѣялся. Паціентка исповѣдалась, и загадочные припадки, противъ которыхъ было безсильно трехмѣсяч-

ное пребываніе въ извѣстной водолѣчебницѣ, послѣ одного часа исповѣди прошли.

Что даетъ вѣрующимъ церковная исповѣдь, то должна дать всѣмъ душевно-больнымъ исповѣдь передъ врачомъ. Врачъ долженъ прослѣдить всѣ вытѣсненныя мысли, всѣ тѣ комплексы представленій, которыя вытѣснены за порогъ сознанія. Онъ долженъ безсознательные комплексы представленій сдѣлать сознательными, онъ долженъ выяснить больному, чѣмъ онъ боленъ. Тайна—болѣзнь, знаніе—здоровье.

Психическій конфликтъ.

Мы имѣли возможность прослѣдить возникновеніе невроза на трехъ примѣрахъ изъ жизни. Почему заболѣлъ чиновникъ? Потому что онъ подпалъ подъ власть психическаго конфликта, потому что онъ былъ вынужденъ постоянно защищаться отъ мысли овладѣть большой суммой денегъ и бѣжать. Почему заболѣла жена? Потому что ея половой инстинктъ требовалъ удовлетворенія, между тѣмъ какъ любовь къ мужу и этическія воззрѣнія требовали отъ нея вѣрности мужу и борьбы съ этимъ инстинктомъ.

Теперь постараемся показать на четвертомъ примѣрѣ возникновеніе тяжелаго нервнаго страданія,—страданія, заставившаго многихъ психіатровъ и неврологовъ поломать голову и выросшаго на почвѣ тяжелаго психическаго конфликта, на почвѣ гнетущей тайны.

Одна дама вдругъ заболѣваетъ высшей степенью нервнаго возбужденія. Съ ней случаются на улицѣ такіе припадки сердцебіенія, что она не можетъ итти дальше. Ея лицо то блѣднѣетъ, то краснѣетъ. Она страдаетъ безсонницей, нигдѣ не находитъ себѣ мѣ-

ста, худѣетъ, потому что ничего не можетъ ѣсть. Нервное безпокойство не позволяетъ ей сосредоточиться на какомъ-либо занятіи. Прекрасная хозяйка, она теперь совсѣмъ не заботится о столѣ. Обычно нарядная и тщательно одѣтая, она запускаетъ свой туалетъ, не причесывается, не заказываетъ новыхъ платьевъ. Она подозрѣваетъ у себя внутреннюю серьезную болѣзнь: вѣроятно, ея сердце не въ порядкѣ. Многіе врачи ее изслѣдуютъ и находятъ, что всѣ органы въ прекрасномъ состояніи. Діагнозъ гласитъ: нервное возбужденіе. Ей предписываютъ водолѣченіе, но оно даетъ такъ же мало результатовъ, какъ и различныя лѣкарства, которыя ей прописываютъ для успокоенія нервовъ и для усиленія аппетита. Странныя, необъяснимыя состоянія еще осложняютъ дѣло. Она постоянно и очень настойчиво требуетъ присутствія своей дочери, но преслѣдуетъ ее, мучитъ, не даетъ ей спать, даже иногда позволяетъ себѣ ее ударить. Точно такъ же обращается она и съ мужемъ. Иногда она испытываетъ потребность бить на улицѣ совершенно постороннихъ лицъ. Вообще она страшно недовѣрчива и подозрѣваетъ всѣхъ, каждаго продавца, каждую горничную въ желаніи обмануть ее. Она дѣлаетъ нѣсколько попытокъ къ самоубійству.

Что же причиной всему этому?—Психическій конфликтъ. У ея мужа былъ младшій компаніонъ, котораго онъ прочилъ себѣ въ зятья. Съ этимъ человѣкомъ она вступила въ любовную связь. Вдругъ ея мужъ открылъ—не любовную связь,—а нѣкоторыя некорректности своего компаніона въ денежныхъ дѣлахъ. При ближайшемъ разсмотрѣніи книгъ оказалось, что ежегодно онъ обманывалъ своего друга на порядочную сумму. Происходитъ разрывъ, но до суда дѣло не доходитъ: компаніонъ обѣщаетъ возмѣстить убытки и выходитъ изъ дѣла.

Если не знать этихъ интимныхъ подробностей, нельзя понять невроза. Очевидно, бѣдной женщинѣ приходилось бороться съ тяжелымъ психическимъ конфликтомъ: склонность влекла ее къ человѣку, который заплатилъ ея мужу за довѣріе черной неблагодарностью, а долгъ приказывалъ ей взять сторону мужа. У нея не было ни одной души, которой она могла бы довѣрить свою страшную душевную борьбу. Ей все приходилось скрывать въ себѣ и переживать одной. А между тѣмъ, зная причину, какъ легко было объяснить всѣ ея странные поступки! Ея дочь была нѣкоторое время ея соперницей. Она могла бы спасти мать отъ паденія, если бы она сумѣла привязать къ себѣ покрѣпче своего жениха. „Его же", виновника всѣхъ своихъ страданій, она готова была убить—и вотъ откуда происходили всѣ эти выходки, это навязчивое стремленіе бить на улицѣ совершенно постороннихъ людей, бить дочь, мужа, прислугу. Всѣ эти удары предназначались другому, именно виновнику ея страданій. Изъ того же источника шло и ея недовѣріе; оно только по отраженію проецировалось, обращалось на окружающихъ.

Собственно говоря, и психотерапевтъ немного можетъ помочь въ подобномъ случаѣ. Этотъ психическій конфликтъ почти неразрѣшимъ; его устранить могла бы только открытая исповѣдь передъ мужемъ и безграничное прощеніе оскорбленнаго. Но на это у больной не могло хватить мужества. Хотя она постоянно требовала, чтобы мужъ былъ возлѣ нея; хотя она звала пріятельницъ, но ни разу она не намекнула никому на свои душевныя страданія, на вину, которую она искупала такъ ужасно. Наконецъ, время, величайшій изъ врачей, заживило и эту рану. Въ этомъ случаѣ конфликтъ разыгрался не совсѣмъ между сознательнымъ и безсознательнымъ. Онъ былъ

сй ясенъ. Эта тайна была не изъ тѣхъ, про которыя столь часто цитируемый Грилльпарцеръ такъ вѣрно говоритъ: „У каждаго сердца есть тайны, которыя оно скрываетъ само отъ себя". Мало-по-малу къ ней опять вернулось спокойствіе; мало-по-малу она снова нашла пріятную сторону и въ хозяйствѣ и въ туалетѣ. Душевную рану затянуло.

Здѣсь передъ нами ясный случай. Нѣтъ ни плохой наслѣдственности, ни умственнаго переутомленія, ни плохого питанія, ни инфекціонной болѣзни, ни алкоголя,—словомъ, никакихъ причинъ невроза изъ тѣхъ, которыя признаются до сихъ поръ врачами, какъ „agents-provocateurs". Единственно, что довело ее до болѣзни, это—психическій конфликтъ. И что болѣзнь началась съ признаковъ сердечнаго страданія—вовсе не случайность. Freud описалъ съ истинною проницательностью симптомы конверсіи. Психическіе симптомы превращаются въ тѣлесные, „конвертируются", какъ онъ это называетъ. У этой женщины было сердечное страданіе, но не органическое. Она свою вѣрность, свою честь принесла въ жертву человѣку, недостойному такой жертвы, у нея было въ полномъ смыслѣ слова „разбитое сердце", какъ говорятъ поэты.

Еще яснѣе причина невроза въ слѣдующемъ случаѣ: одинъ чиновникъ заболѣваетъ тяжелымъ нервнымъ разстройствомъ. Онъ дѣлается грустнымъ, молчаливымъ, отстраняется отъ обычныхъ удовольствій. При малѣйшемъ шумѣ онъ вскакиваетъ и дрожитъ всѣмъ тѣломъ отъ ужаса. Также передъ сномъ онъ испытываетъ тягостное чувство, его сонъ безпокоенъ, полонъ ужасныхъ запутанныхъ сновидѣній. Этотъ чиновникъ ожидалъ повышенія по службѣ, и его обошли—обстоятельство, которое можетъ подѣйствовать на человѣка угнетающимъ образомъ,

но отъ котораго до невроза еще далеко. Но тутъ присоединился второй моментъ,—онъ считалъ, что причиной его несчастья былъ его начальникъ. Этотъ человѣкъ былъ его врагъ, это онъ затормозилъ его служебную карьеру своимъ неблагопріятнымъ отзывомъ. Если бы онъ только могъ сразить его однимъ ударомъ! „Убей его!“—гласило опредѣленное приказаніе изъ области безсознательнаго, которое выдавали ему его сны. Страшное приказаніе,—онъ противился ему всѣми силами души. Вотъ психическій конфликтъ, который не былъ яснъ ему самому. Въ концѣ-концовъ ему ничего другого не оставалось, какъ просить о переводѣ. Онъ перешелъ на службу въ другое мѣсто и скоро совсѣмъ выздоровѣлъ.

Я могъ бы привести еще много примѣровъ, и всѣ они подтвердили бы мое убѣжденіе, что нервность порождается только психическимъ конфликтомъ. Но есть также нервныя дѣти, могутъ мнѣ возразить, и мнѣ дѣйствительно такъ возражали. Неужели и дѣти подвергаются психическимъ конфликтамъ? Неужели и у нихъ есть тайная душевная борьба, о которой не знаютъ родители?

Конечно, есть; у нихъ есть свои психическіе конфликты, своя тяжелая душевная борьба. Зерно тяжелыхъ душевныхъ и нервныхъ заболѣваній сѣется въ дѣтствѣ.

И вотъ мы подошли къ такому пункту нашихъ разсужденій, который позволяетъ намъ сдѣлать нѣсколько замѣчаній относительно профилактики нервности. Какъ избѣжать ея, какъ воспитать своихъ дѣтей здоровыми, нервно-устойчивыми людьми? Вотъ вопросы, которые насъ занимаютъ, и которые послѣ теоретическихъ разсужденій должны привести насъ къ нѣсколькимъ хотя небольшимъ, но все же имѣющимъ значеніе практическимъ указаніямъ.

Предупрежденіе нервности.

(Переходъ энергіи; воспитаніе и жизнерадостность).

Мы уже видѣли, какую нездоровую роль играетъ въ жизни тайна. Мы видѣли, какой тяжкій вредъ приноситъ человѣку вытѣсненіе. Мы видѣли, какъ вытѣсненные и такимъ образомъ чуждые сознанію комплексы представленій становятся у человѣка причиной ненормальной реакціи, мѣшаютъ ему пользоваться жизнью, дѣлаютъ его почти негоднымъ членомъ общества. Это все вытекаетъ изъ того, что наши представленія о человѣкѣ, наши взгляды на добро и на зло, на добродѣтель и на порокъ неправильны. Въ особенности въ половой жизни, гдѣ лежитъ коренная причина большинства неврозовъ, такъ много притворства и вытѣсненія, такъ много прилагается усилій для достиженія извѣстной этической высоты, что въ сущности только какимъ-то чудомъ люди не всѣ поголовно нервные. Только въ этомъ отношеніи и вредна культура. Не тѣмъ, что она предъявляетъ слишкомъ высокія требованія къ уму: мы знаемъ, что именно умственные работники и здоровѣе и долговѣчнѣе другихъ людей, если судьба избавляетъ ихъ отъ тяжелыхъ душевныхъ страданій невротиковъ. Но тѣмъ, что культура поставила нашу половую жизнь на такой ложный путь; что она создала понятіе „грѣха“, при чемъ одинъ и тотъ же поступокъ разсматривается то какъ добродѣтель, то какъ порокъ; только благодаря таинственности, непроницаемости, лжи, которой она окружила нашу половую жизнь, культура способствовала такому страшному распространенію нервности. Я уже предчувствую упрекъ,

что я побиваю себя своимъ собственнымъ оружіемъ; я самъ только что доказывалъ, что въ деревнѣ столько же, если не больше нервныхъ, какъ и въ городѣ. Этотъ упрекъ легко опровергнуть. Какъ разъ, главнымъ образомъ, деревенскіе жители (я уже упоминалъ объ этомъ) и живутъ подъ вліяніемъ тяжелыхъ задержекъ. Ихъ давятъ религіозныя и суевѣрныя представленія, которыя заставляютъ ихъ бороться со своими инстинктами, такъ какъ послѣдніе грѣховны. Передъ ними всегда рисуется страшный образъ кипящаго ада, наказующаго, мстящаго, всевѣдущаго и всевидящаго властителя неба.

Но оставимъ эти отступленія. Пришлось бы написать не маленькую книжку, а цѣлые томы, если бы нужно было выяснить по этому поводу все, что требуетъ выясненія. Вернемся опять къ ребенку. Воспитаніе ребенка дано человѣчеству, какъ единственное средство къ возрожденію, къ облагороженію. Какъ смѣшно мы теперь воспитываемъ дѣтей! Ихъ половое любопытство удовлетворяютъ сказками объ аистахъ, а чуть только они становятся постарше, родители, подобно страусу, думаютъ, что если они сами закроютъ глаза, то и дѣти ихъ станутъ слѣпы. Благодаря этому, дѣти черпаютъ свои познанія изъ мутныхъ источниковъ. Вмѣсто прямого, откровеннаго объясненія со стороны родителей, которое отняло бы у этихъ вопросовъ прелесть таинственности и запрещеннаго, дѣти чувствуютъ въ нихъ что-то легкомысленное, недосказанное, неприличное,—словомъ, тайну со всей ея великой притягательной силой и непреодолимымъ могуществомъ.

Своевременное просвѣщеніе дѣтей родителями есть въ настоящее время заповѣдь половой гигіены. Ея одной было бы достаточно, чтобы въ значительной мѣрѣ уменьшить число неврозовъ. Еще болѣе по-

дѣтски ведутъ себя родители, когда замѣчаютъ, что дѣти предаются пороку, называемому онанизмомъ, и который, увы, настолько распространенъ, что мы должны бы были называть его даже не порокомъ, а просто физіологическимъ приспособленіемъ природы, если бы у насъ на это хватило мужества. Но какъ же поступаютъ наши родители? Иногда сами, а иногда поручая это какому-нибудь дядюшкѣ или доктору, ребенку грозятъ: „Если ты будешь это дѣлать, ты заболѣешь, ты будешь разслабленный“. Или: „Вотъ я возьму ножъ и отрѣжу тебѣ „это“ прочь“. И ребенокъ вовлекается въ психическій конфликтъ. Съ одной стороны—непреоборимый инстинктъ, съ другой—этотъ ужасный страхъ заболѣть или подвергнуться операціи.

Нашъ образъ дѣйствій совершенно ясенъ: мы должны соотвѣтственнымъ физическимъ уходомъ отдалять у ребенка возможность предаваться его шалостямъ; мы должны занять его психику такъ, чтобы его бьющая черезъ край энергія получила иное направленіе. Здѣсь мы снова наталкиваемся на новое понятіе, очень важное для лѣченія нервно-больныхъ. Это—„переходъ энергіи“.

Законъ сохраненія энергіи касается не однихъ только химическихъ и механическихъ процессовъ вселенной. Законы природы распространяются и на душу. Въ душевной жизни человѣка не пропадаетъ ни одно впечатлѣніе, начиная съ перваго вздоха грудного младенца и кончая послѣднимъ вздохомъ старика. Все, что мы испытываемъ, мы испытываемъ для вѣчности. Что радуетъ насъ сегодня, будетъ еще жить какъ радость черезъ тысячелѣтія. Наши впечатлѣнія безсмертны. То, что мы называемъ инстинктомъ, есть только опытъ безсознательнаго. Когда мы поступаемъ или чувствуемъ инстинктивно, мы находимся подъ

вліяніемъ безчисленныхъ унаслѣдованныхъ опытовъ нашихъ предковъ.

Мало того, что душевная энергія никогда не пропадаетъ; она подобно физической энергіи можетъ переходить въ тысячу разнообразныхъ формъ. Какъ изъ свѣта можетъ возникнуть теплота, изъ теплоты электричество, изъ кинетической энергіи потенціальная, т.-е. изъ движущей силы сила скрытая, такъ и въ нашей душевной жизни одна энергія переходитъ въ другую. Громадная потребность труда можетъ перейти въ бурную сексуальность; затаенное подавленное стремленіе къ свободѣ—въ страстный спортъ. Удивительно, до чего мало извѣстна и до чего мало принимается во вниманіе такая обыкновенная вещь. Она открываетъ намъ глаза на безчисленныя заблужденія человѣчества; она даетъ педагогамъ правильныя указанія къ излѣченію болѣзненныхъ инстинктовъ; она предлагаетъ намъ самимъ оружіе противъ нашихъ самыхъ сильныхъ и самыхъ опасныхъ враговъ, которые гнѣздятся въ темныхъ глубинахъ безсознательнаго. Поэты давно уже знаютъ то, что было скрыто отъ врачей и философовъ. Юность, для которой уже повседневная жизнь есть прорывъ наружу ея силъ, которая часть своей кинетической энергіи собираетъ въ потенціальную силу безчисленныхъ картинъ будущаго, мечтаній, надеждъ и мыслей,—эта юность имѣетъ золотое право на жизнерадостность. Что не использовано за нынѣшній день, то тщательно сберегается для будущаго. Бѣда, если будущее не используетъ этихъ нагроможденныхъ массъ энергіи! Ихъ надо отдать міру, или можно отъ нихъ погибнуть. Одно изъ самыхъ частыхъ явленій—это превращеніе этихъ энергій въ сексуальность. По современнымъ изслѣдованіямъ Донъ-Жуанъ давно уже не безсо-

вѣстный преступникъ, какъ въ прошлые годы. Для однихъ онъ—несчастный ненасытный человѣкъ, всегда горящій страстью и никогда не находящій удовлетворенія; для другихъ онъ—герой, геній завоевывающей силы, для третьихъ—типичный образецъ человѣка, котораго тайная сила влечетъ къ воспроизведенію себя для потомства въ безчисленномъ количествѣ варіацій. Съ точки зрѣнія перехода энергіи, онъ геній на ложномъ пути, человѣкъ, которому жизнь не дала изжить всѣхъ его способностей. Если бы онъ могъ завоевывать государства, организовывать массы, писать сильныя драмы или дѣлать другія великія дѣла, онъ не сдѣлался бы Донъ-Жуаномъ.

Съ другой стороны, мы знаемъ, что всякое творчество есть сублимированная эротика. Только это слѣпое влеченіе вырабатываетъ тѣ могучія силы, которыя создаютъ великое и величайшее.

Со спортомъ дѣло обстоитъ нѣсколько сложнѣе. По одному очень остроумному опредѣленію, спортъ —это трудъ въ чужой области. Необычайная трудоспособность многихъ натуръ, которыя въ ежедневныхъ занятіяхъ тратятъ только маленькую частицу своей энергіи,—эта трудоспособность исчерпывается въ различныхъ видахъ спорта. Донъ-Жуанъ, герой свободы, смѣлый завоеватель, всякіе искатели, —всѣ они становятся туристами. Они должны брать горы. Всякая гора, на вершину которой взобрался туристъ, принадлежитъ ему; она его гора, онъ презираетъ протоupренныя дороги, онъ ищетъ опасныхъ тропинокъ, онъ хочетъ завоевывать безъ посторонней помощи; онъ хочетъ овладѣть Брунгильдой помимо сильной руки Зигфрида. Freud полагаетъ, что самая неприступная гора названа Юнгфрау (Дѣвой) вовсе не случайно, и здѣсь не простое остроуміе, и Мöнхъ (Монахъ), ея сосѣдъ, точно такъ же недоступенъ.

Сколько неизмѣримыхъ силъ, какая полнота накопленной энергіи тратится на этихъ горныхъ дорогахъ!

Такъ же обстоитъ дѣло съ гимнастами и атлетами. По большей части это—натуры, для которыхъ упражненіе физической силы есть потребность. Сколько грубыхъ, часто насильническихъ стремленій обращается ими въ работу мускуловъ! Эти руки, которыя играютъ тяжелыми гирями, которыя устаютъ за всевозможными гимнастическими приборами до полнаго изнеможенія, можетъ быть, безъ этого уже давно бы обратились противъ ближняго. Воскресный день въ деревнѣ логически заканчивается дракой. Въ будни вся энергія уходитъ на борьбу съ природой. Въ воскресенье за цѣлый день скопляется энергія; алкоголь заглушаетъ задерживающія вліянія, усиливаетъ инстинктивныя побужденія, и при малѣйшей случайности энергія освобождается: происходитъ драка.

Такимъ образомъ, мы видимъ, что каждый спортъ приноситъ человѣчеству облегченіе. Точно такое же успокоительное дѣйствіе оказываетъ и велосипедный спортъ. Непреодолимое желаніе путешествовать, страстная любовь къ природѣ,—только сопутствующіе моменты, эмблемы, которыми украшаетъ себя просто радость упоенія грубой мускульной силой. Если бы всѣ эти спорты запретили, какъ увеличилась бы сумма преступленій! Спортъ не только оздоровляетъ наше тѣло, онъ очищаетъ нашу душу отъ моральныхъ осадковъ. Вотъ почему мы испытываемъ счастливое, возвышающее чувство послѣ долгой прогулки. Мы чувствуемъ себя такими чистыми, такъ выше мелочей ежедневной жизни, такъ довольными собой и окружающими. Мы такъ предупредительны къ ближнимъ, любезность кажется намъ такой понятной. Это въ особенности переживаютъ горные

туристы. Они на вершинахъ горъ чувствуютъ себя братьями; они обрѣтаютъ на высотѣ не только свободу, но и дружбу, и любовь къ человѣчеству, столь рѣдкую внизу. Ропотъ, зависть, горечь, честолюбіе— все это во время восхожденія переходитъ въ мускульную работу и отлетаетъ прочь. Тамъ, на высотѣ, они чисты и свободны. И только на высотѣ всякій посторонній человѣкъ имъ братъ. Тамъ даже для незнакомаго человѣка, если онъ въ опасности, они готовы забыть и жену, и дѣтей, и жертвуютъ ихъ и свою жизнь, чтобы спасти его. А внизу, въ долинѣ, они, быть можетъ, смотрѣли бы на это спокойно.

Особенно важно пониманіе этихъ вещей для воспитателей юношества. Въ дѣтствѣ, если съ любовью всмотрѣться въ психологическія особенности ребенка, изъ перехода душевной энергіи можно творить чудеса. Только тотъ, кто умѣетъ играть съ дѣтьми, можетъ ихъ воспитывать. Съ болѣзненными наклонностями младенческихъ лѣтъ можно бороться правильнымъ примѣненіемъ дѣтскихъ игръ. День для ребенка есть только чередованіе различныхъ игръ, и даже школа не должна упускать изъ вида этого цѣлительнаго средства воздѣйствія. Умный отецъ и умный учитель долженъ погружаться въ душу своихъ дѣтей, долженъ быть ихъ лучшимъ другомъ и повѣреннымъ. А если онъ еще, кромѣ того, товарищъ ихъ игръ, онъ можетъ достигнуть величайшихъ успѣховъ. Доказательствомъ этого можетъ служить одинъ знакомый мнѣ примѣръ. Живой, впечатлительный мальчикъ почти что помѣшался на бурахъ и вмѣстѣ съ нѣсколькими товарищами сталъ собираться въ Южную Африку. Заботливый отецъ узнаетъ объ этомъ предпріятіи. Онъ

дружески относится къ ребенку и признается ему, что не только знаетъ о его намѣреніяхъ, но даже очень имъ сочувствуетъ. Но прежде всего надо пріобрѣсти лодку, потому что кратчайшій путь туда— морской. Это показалось очень вѣрнымъ безхитростной дѣтской душѣ. Начинаютъ строить пробную лодку. Великія и малыя задачи механики даютъ цѣлый рядъ интереснѣйшихъ вечеровъ; скоро постройка лодки дѣлается главнымъ; Южная Африка отходитъ на второй планъ. Интересъ къ войнѣ, ненависть къ англичанамъ, состраданіе къ бурамъ,—всю эту энергію умный отецъ перевелъ на энергію механическую. Неразумный отецъ могъ бы насмѣшками, угрозами, даже, пожалуй, побоями, только подогрѣть первую энергію,—или же подавленныя силы породили бы какія-нибудь болѣзненныя проявленія.

Насъ завело бы слишкомъ далеко изслѣдованіе всѣхъ темныхъ и запутанныхъ путей, по которымъ переходитъ и распространяется душевная энергія. Чтобы ясно разобраться въ нихъ, врачъ и педагогъ должны работать совмѣстно и другъ друга поддерживать. Всѣ ненормальные характеры, всѣ такъ называемые чудаки, быть можетъ, сдѣлались бы обыкновенными, нормальными людьми, если бы цѣлесообразное воспитаніе указало настоящій путь для ихъ душевной энергіи. Рычагъ для возрожденія человѣчества долженъ быть приложенъ еще въ юности. Воспитателемъ человѣчества долженъ быть врачъ.

Но для этого намъ необходимо установить, что наша добродѣтель есть только противовѣсъ всѣмъ нашимъ инстинктамъ, которые бурно влекутъ насъ къ пороку. Мы должны знать, на какой шаткой почвѣ зиждется наша добродѣтель, какъ удачно выражается Freud. Надо бороться со смѣшнымъ лицемѣріемъ, окружающимъ половую жизнь. Я этимъ отнюдь не

призываю къ легкомыслію или къ неприличію; какъ разъ непристойность—продуктъ нашего больного времени, нашего ложнаго пониманія вещей. Что установлено природой, то должно быть просто, и смотрѣть на это надо просто; вездѣ должна царить открытая, ясная правда. Только при этомъ возможно поднять человѣчество на ту высоту, къ которой его ведутъ его вожди. Не предписаніями, не законами, не препятствіями должны быть воспитаны благородные люди. Здоровые нервы могутъ создаться только на полной свободѣ личности и на правдѣ. Я говорю не о политической свободѣ, хотя и ее тоже приходится принимать во вниманіе. Я подразумѣваю ту свободу, которая позволяетъ человѣку съ добрымъ всеобъемлющимъ сердцемъ, ясно читающему въ своей собственной душѣ, и въ другихъ извинять все общечеловѣческое.

Чѣмъ откровеннѣе будемъ мы всматриваться въ наши подсознательныя мысли, тѣмъ безвреднѣе будетъ ихъ дѣйствіе. Душевный миръ—единственная панацея, за которой скрываются здоровые нервы. Оттого-то и кричатъ постоянно всѣ нервные, что имъ нуженъ покой, — покой, котораго, увы, они нигдѣ найти не могутъ, потому что внутри ихъ все бурлитъ и кипитъ. Ложное моральное лицемѣріе нашего общества въ сексуальныхъ вопросахъ, неправильное воспитаніе нашего юношества во лжи и неоткровенности, незнаніе собственныхъ недостатковъ—вотъ коренныя причины нервности.

И еще одна. Мы задыхаемся отъ прѣсности нашего времени. Великія эпохи, въ которыя много переживается, даютъ разрѣшеніе излишкамъ энергіи, лишаютъ психическій конфликтъ его сокровенныхъ источниковъ. Въ наше время всѣ переживанія остаются внутри насъ, и вся борьба про-

исходитъ тоже внутри. Нервность есть внѣшній показатель внутренней борьбы.

Изъ всего вышесказаннаго явствуетъ для большинства нервныхъ тотъ путь, по которому они должны слѣдовать, чтобы получить выздоровленіе. „Познай самого себя“ знаменитаго греческаго мудреца есть и всегда останется первымъ цѣлительнымъ средствомъ противъ нервности. Когда мы познаемъ самихъ себя и безстрашно взглянемъ въ глаза скрывающимся въ нашей душѣ призракамъ, они потеряютъ свою власть надъ нами. Когда мы послѣдуемъ совѣту Грилльпарцера и не станемъ вытѣснять нашихъ мыслей, а будемъ ихъ продумывать до конца со всѣми послѣдствіями, даже самыми непріятными,—тогда мы увидимъ, что всѣ люди одинаковы, что только особая милость судьбы не допускаетъ добраго сдѣлаться злымъ, и что только стеченіе неблагопріятныхъ обстоятельствъ создастъ преступника. И мы поймемъ, что мы—люди, слабые люди, которымъ ничто дурное не чуждо. Откроемъ же выходъ для избытка нашей энергіи; изберемъ себѣ трудъ, который будетъ намъ радостенъ, который мы будемъ исполнять охотно. Будемъ давать себѣ отдыхъ и уединеніе, чтобы, какъ прекрасно говоритъ Ибсенъ, держать судъ надъ самимъ собою.

Но это все пригодно только для легкихъ случаевъ. Тяжелый невротикъ не будетъ въ состояніи или, по крайней мѣрѣ, только въ рѣдкихъ случаяхъ будетъ въ состояніи выпутаться безъ посторонней помощи изъ лабиринта своихъ сознательныхъ и безсознательныхъ мыслей. Здѣсь долженъ помочь трудъ опытнаго психотерапевта, тотъ трудъ, главныя черты и технику котораго установилъ Freud, что, конечно, дѣлаетъ его однимъ изъ величайшихъ благодѣтелей человѣчества. Душевно-больные,—а нервность есть ду-

шевная болѣзнь,—могутъ быть исцѣлены только психотерапіей. Великую задачу исповѣди, которую такъ долго разрѣшала католическая церковь, долженъ взять на себя врачъ.

Для врачей наступаетъ новая, великая эпоха: они призваны быть воспитателями человѣчества, воспитателями не только гигіены тѣла, но и гигіены души. Они должны стать для насъ тѣмъ, чѣмъ были въ древности: жрецами, служителями любви къ ближнему, человѣчности и справедливости. Они должны пролить новый свѣтъ на сущность человѣка; они должны разрушить легенды, которыя опутывали насъ въ теченіе тысячелѣтій. И если имъ удастся показать человѣку, каковъ онъ есть теперь, тогда мы можемъ мечтать о томъ, какимъ онъ будетъ въ будущемъ. Культура должна быть не вытѣсненіемъ, а знаніемъ и самопознаніемъ.

Для безчисленныхъ нервныхъ людей эти страницы должны дать освобожденіе и утѣшеніе. Вѣдь не органы ихъ больны, а только душа. А лучшее лѣкарство для всѣхъ душевныхъ болѣзней есть радость въ каждой формѣ, въ каждомъ видѣ. Радость—эту прекрасную божественную искру—мы должны доводить до свѣтлаго пламени. Ни одинъ день не долженъ проходить безъ радости, которую мы приготовляемъ для себя или для другихъ.

Да, если мы въ чемъ нуждаемся, такъ это въ новой вѣрѣ: въ вѣрѣ въ жизнерадостность. Какъ говоритъ незабвенный Мультатули? Наслажденіе есть добродѣтель. Причины нервности кроются въ нашемъ ложномъ пониманіи грѣха и добродѣтели. Самопознаніе есть начало и конецъ исцѣленія.

ОГЛАВЛЕНІЕ.

Цѣна 40 коп.

СКЛАДЪ ИЗДАНІЯ:

МОСКВА, Б. Никитская, д. 10, книжный магазинъ „Наука".

Телефонъ 254-99.